

令和5年2月

ごはんたてひょう



年間目標：食事の正しいマナーを身につけて、楽しく食べよう
月間目標：最後まできれいに食べようなどする

献立 材料 おやつ	5(月)	1(木)	2(金)
		カレー豆腐 白菜とりんごのサラダ わかめのすまし汁 フルーツ	<節分お楽しみ会> 赤鬼さんライス 金棒トンカツ めざし・ブロッコリー 豆腐のすまし汁・フルーツ 玉ねぎ、鶏ひき肉、わかめ 人参、ピーマン、ちくわ レーズン、ポークピizz スパゲティ、ブロッコリー 豚肉、豆腐、しめじ 南瓜、白菜、りんご わかめ
献立 材料 おやつ	6(火)	3(水)	4(木)
		魚の照り焼き 切干大根の煮付 白菜のみぞ汁 フルーツ	魚のカレー煮 拌三糸(パンサンスー) えのきのみぞ汁 フルーツ
献立 材料 おやつ	7(水)	5(木)	6(金)
		魚の切り身、ひじき 切干大根、人参 鶏ひき肉、油揚げ 大豆、白菜、玉ねぎ じゃが芋、ねぎ	ささみ、さつま芋 青菜、白菜、人参、太根 えのき、玉ねぎ、ねぎ
献立 材料 おやつ	8(木)	7(木)	8(木)
		ロールパン 焼きそば ブロッコリー 中華スープ フルーツ	ささみフライ さつま芋の素揚げ ごま和え 大根のみぞ汁 フルーツ
献立 材料 おやつ	9(金)	9(金)	9(金)
		魚の切り身、緑豆春雨 ロールパン、ウインナー 人参、キヤベツ、玉ねぎ ピーマン、ブロッコリー えのき、青菜	卵、豆腐、鶏ひき肉 人参、干し椎茸、わかめ グリーンピース、ひじき ブロッコリー、キヤベツ じゃが芋、玉ねぎ
献立 材料 おやつ	10(土)	10(日)	11(月)
		せんざい・お茶 オレンジゼリー・牛乳	黒糖蒸しパン・牛乳
献立 材料 おやつ	12(月)	13(火)	14(水)
		魚のみそ煮 ごま酢和え けんちゃん汁 フルーツ	岩石揚げ 青菜のごま和え きのこのすまし汁 フルーツ
献立 材料 おやつ	15(木)	15(木)	16(金)
		卵とじうどん 卵とじうどん 卵とじうどん	西京焼き きんぴら 金時煮豆 すまし汁
献立 材料 おやつ	16(金)	16(金)	17(土)
		魚の切り身、もやし かにかま、胡瓜、ねぎ キヤベツ、人参、豆腐 鶏肉、太根、ごぼう こんにゃく、玉ねぎ シユガーラスク・牛乳	うどん、鶏肉、人参 玉ねぎ、干し椎茸、卵 ブロッコリー フルーツ
献立 材料 おやつ	18(土)	18(日)	19(月)
		タンドリーチキン 茹で野菜の ディップソース添え 大根のみぞ汁 フルーツ	豆漬け 茹でブロッコリー コンソメスープ フルーツ
献立 材料 おやつ	20(火)	20(火)	21(水)
		魚の切り身、もやし かにかま、胡瓜、ねぎ キヤベツ、人参、豆腐 鶏肉、太根、ごぼう こんにゃく、玉ねぎ シユガーラスク・牛乳	大豆、ひじき、さつま芋 人参、ちりめんじゃこ 青菜、白菜、豆腐 しめじ、えのき 玉ねぎ、ねぎ チヨココレーティヨア
献立 材料 おやつ	22(木)	22(木)	23(金)
		タンドリーチキン 茹で野菜の ディップソース添え 大根のみぞ汁 フルーツ	じゃが芋のそぼろ煮 人参とバイン缶のサラダ 卵のすまし汁 フルーツ
献立 材料 おやつ	24(土)	24(日)	25(月)
		豚肉の柳川風 スパゲティサラダ すまし汁 フルーツ	中華そば 玉ねぎ、豚ひき肉 干し椎茸、グリーンピース キヤベツ、卵、えのき わかめ、ねぎ パウンドケーキ・牛乳
献立 材料 おやつ	26(月)	26(月)	27(火)
		豚肉の柳川風 スパゲティサラダ すまし汁 フルーツ	洋風おでん わかめとじゃこの炒り煮 キヤベツのみぞ汁 フルーツ
献立 材料 おやつ	28(水)	28(水)	29(木)
		豚肉、ごぼう、人参 玉ねぎ、卵、スパゲティ ブロッコリー、ロースハム、チキンサラダ 大根	さつま芋と豚肉の煮物 青菜とツナの和え物 麩のみぞ汁 フルーツ
献立 材料 おやつ	30(金)	30(金)	31(金)
		フライドポテト・牛乳	カスタードパン・牛乳 フルーツヨーグルト りんごジュース

6時以降の軽食は、おにぎり・ポールウインナー・果物を食べます。離乳食・除去食などを子ども達一人一人の対応をしています。
3歳以上のお子様も、主食(ごはん等)は保育園で用意します。火・金曜日は玄米食を食べます。

6日(火)は、クッキング(焼きそばパン)をします。らいおん・きりん・ぱんだぐみさんは、エプロン・三角巾の準備をお願いします。

